



UNIVERSIDAD TECNOLÓGICA DE PEREIRA PROGRAMA CIENCIAS DEL DEPORTE Y LA RECREACIÓN

FICHA TÉCNICA DE SALIDA ACADÉMICA SALIDA ACADÉMICA LAGO CALIMA

FECHA: MAYO 29 – 30 Y 31 DE 2013

SITIO: CENTRO RECREATIVO COMFANDI CALIMA DARIÉN
VALLE.

RESPONSABLES: Docente Natación.
JOSÉ DAVID CASTRO GALLEGO

PARTICIPANTES: 36 Estudiantes de Natación I Grupos 03 – 04
2 Estudiantes Monitores



I- JUSTIFICACION

En la perspectiva del aprendizaje basado en problemas ABP, y el conflicto motriz como categoría Educativa, y el reto de habilidades y destrezas como una opción de aprendizaje complejo (Ángel, Murcia, Taborda 1994), proponemos una actividad de campo, salida o practica de asignatura, que permite a los estudiantes que culminan un proceso de aprendizajes técnicos y habilidades acuáticas, la auto confrontación, asumiendo el conflicto psicomotor y el reto físico como la motivación y meta opcional y voluntaria de cada uno.

Desde el enfoque de lo ambiental: La salud, la actividad física y el desarrollo humano, se desenvuelven en procesos particulares que le imprimen una dinámica específica a esta salida académica, que llevados a lo ambiental, lo ecológico y lo cotidiano, exigen de elementos que favorezcan:

- El crecimiento personal.
- Las relaciones interpersonales
- La dimensión lúdica
- El sentido de pertenencia institucional
- La promoción de la salud emocional
- El auto cuidado
- El liderazgo y la sensibilización frente a nuestro entorno natural (lo natural en nosotros mismos)

Como factores que asociados a la condición humana nos permiten generar ambientes de compañerismo, aprendizaje, fraternidad y amistad.



OBJETIVOS DE LA SALIDA ACADÉMICA:

General:

Aplicar y poner en práctica las competencias y habilidades acuáticas así como los procesos metodológicos de enseñanza-aprendizaje de las técnicas básicas de la natación y salvamento acuático en aguas confinadas y fluviales para experimentar y poner a prueba las destrezas y habilidades aprendidas durante el curso.

Específicos:

1. Dinamizar la relación entre lo ambiental-natural y la Salud y la Recreación, como fundamento de lo social; interpretando lo natural como ejemplo de lo comunitario.
2. El ampliar el referente profesional en torno a temáticas de salud, autocuidado y actividades de aventura, educación experiencial, turismo y ecología, reconociendo modelos de gestión – empresarial innovadores.
3. El fortalecer habilidades de liderazgo y trabajo en equipo; los elementos básicos del liderazgo de aventura: CONFIANZA, COOPERACIÓN, COMUNICACIÓN Y DIVERSIÓN.
4. Procurar transformaciones con sentido en nuestra propia vida, pensando en futuro y trazando estrategias de vida en lo personal, familiar, profesional y social, para recuperar la relación armónica entre nosotros y la naturaleza, propiciando procesos de conservación, educación y recreación (Desarrollo social sostenible).
5. Reconocer los paisajes naturales cercanos, con aproximaciones sociales que trasciendan el encuentro y el significado desde la salud con sentido, mediados por la búsqueda de unos mejores estilos de vida saludables y una experiencia académica inolvidable.
6. Generar las experiencias pedagógicas y didácticas apropiadas para la práctica del nado en el lago.
7. Demostrar el dominio de la destreza y habilidad en las técnicas clásicas, elementales y de salvamento tanto en piscina como en el lago.

Para los estudiantes, el reto y experiencia del dominio del medio acuático en el lago calima, constituye un factor fundamental en la motivación diaria de su aprendizaje de la natación, ya que la necesidad de prepararse a conciencia para asumir tal reto les refuerza constantemente durante el semestre sus niveles de logro.

La Transferencia:

Una gran cantidad de lo que se enseña en cuanto a las disciplinas deportivas y en particular en las actividades acuáticas, esta basado en la premisa de que los estudiantes transferirán lo aprendido a situaciones de desempeño profesional y laboral en situaciones cambiantes, de



necesaria adaptación, y ante todo capacidad de aplicación de dichos conocimientos a la solución eficaz de problemas de aprendizaje y otros.

Durante la salida Calima, se espera que los estudiantes realicen exitosamente las transferencias de las habilidades y destrezas técnicas aprendidas durante el curso, haciéndolo en condiciones diversas, modificadas y mas complejas que según la teoría del aprendizaje, son los mecanismos

METODOLOGÍA

✓ **AUTO GESTIÓN Y COGESTIÓN DE RECURSOS:**

Este ejercicio pedagógico hace parte del fortalecimiento de las competencias de capacidad de gestión y búsqueda, valiéndose de estrategias creativas en lo individual y grupal.

✓ **ASIGNACIÓN DE COMISIONES:**

Hace parte del entrenamiento profesional en torno al manejo de grupos y vocación de servicio en el ámbito de la recreación de aventura, grupos deportivos, grupos familiares o empresariales, en la búsqueda de generar participación en todo el proceso de la salida.

- COMISIÓN DE SEGUIMIENTO FOTOGRÁFICO, FÍLMICO.
- COMISIÓN DE SALUBRIDAD, SEGURIDAD Y RIESGO CONTROLADO.
- COMISIÓN DE GESTIÓN, FINANCIERA y DE PROTOCOLOS DE SALIDA.
- COMISIÓN DE DOCUMENTOS

✓ **EDUCACIÓN EXPERIENCIAL**

Cada uno de los ejercicios está sustentado en la educación experiencial donde el aprendizaje experiencial más que una herramienta, es una filosofía de educación, que parte del principio que las personas aprenden mejor cuando entran en contacto directo con sus propias experiencias y vivencias, es un aprendizaje "haciendo" que reflexiona sobre el mismo "hacer". Esta modalidad no se limita a la sola exposición de conceptos, sino que a través de la realización de ejercicios, simulaciones o dinámicas con sentido, busca que la persona asimile los principios y los ponga en práctica, desarrollando sus competencias personales y profesionales. Lo anterior ocurre siempre y cuando se tenga un adecuado proceso de reflexión y de voluntad de experimentación por parte de quien aprende.

✓ **ENCUADRE DE SALIDA**

Reunión preparatoria donde se aclara el detalle horario, los objetivos, roles, normas de salida, motivación y en general la posibilidad de predisponer claridad frente a lo que pretende la experiencia. Se distribuyen las tareas, las comisiones con sus respectivos encargos y la forma de presentar las sistematizaciones.

RECURSOS:

ECONÓMICOS: Inversión por estudiante: **\$ 210.000. Incluye:**

- Transporte ida y regreso Pereira -Calima- Pereira.
- Alimentación tipo bufet y refrigerios.
- Integración,



- Alojamiento en cabaña
- Seguro contra accidente
- Seguridad en lancha.
- Camiseta



⑩ **MATERIALES:** Llevar por estudiante:

- ⑩ Suficiente hidratación, termo o cantimplora
- ⑩ Cámara fotográfica o filmadora
- ⑩ LAPICERO y LIBRETA, es obligatorio
- ⑩ Cubrecabezas, guantes, Bloqueador solar, gafas oscuras, Saco, chaqueta e impermeable, 1 par de zapatos adicionales. Una muda de ropa adicional. Bolsas de basura, bolsas para la ropa mojada. Documentos de identidad, en especial, EL CARNET ESTUDIANTIL. Venda para los ojos

CONTENIDOS Y ACTIVIDADES.

Taller Teórico de técnicas y habilidades de salvamento acuático,
 Normas de prevención
 Salvamento por extensión.
 Practica de llaves, contra llaves y arrastres.
 Practica de estilos elementales.
 Practica de estilos clásicos.
 Integración y velada lúdico cultural.
 Evaluación de la actividad.
 Pruebas de fondo y resistencia de nado.

- ⑩ **RECURSOS HUMANOS:** Docente del Programa Ciencias del Deporte y la Recreación JOSÉ DAVID CASTRO GALLEGO, Número celular 300 5708605 – (SOLO EMERGENCIAS).
 ⑩ Dos estudiantes Monitores de la Asignatura.

***“Sí amamos más los zapatos que el camino, no vale la pena caminar”
 Andarriegos Asociados***



Docente:

[illegible]



UNIVERSIDAD TECNOLÓGICA DE PEREIRA
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD
PROGRAMA CIENCIAS DEL DEPORTE Y LA RECREACIÓN

MANUAL DE CONVIVENCIA

- ⑩ Compartir alegremente con los demás.
- ⑩ Participar sana y cordialmente, en busca de una mejor integración y camaradería.
- ⑩ Colaborar con los docentes para que el programa se desarrolle en forma exitosa.
- ⑩ Ser puntual en los horarios establecidos de las actividades programadas.
- ⑩ Respeto y colaboración con todos los integrantes de la salida.
- ⑩ Aportar ideas para el mejor desarrollo de la práctica.
- ⑩ Informar a la comisión de primeros auxilios, sobre los medicamentos que deben ingerir o los quebrantos de salud presentados.
- ⑩ Respetar las normas de salida mantener el lugar aseado, guardar silencio a la hora de dormir, respetar las pertenencias de los demás (Estar dispuesto al aprendizaje,)

EL ESTUDIANTE NO INCURRIRÁ EN:

- ⑩ Irrespeto a compañeros(as) de palabra o de hecho.
- ⑩ Retirarse del lugar ó de las actividades programadas sin causa justa ó previa autorización.
- ⑩ Cambiar de lugar asignado para el alojamiento por propia voluntad ó sin autorización de un Coordinador.
- ⑩ Consumir bebidas embriagantes y sustancias psicoactivas o cigarrillos durante la salida.
- ⑩ Tomar objetos ajenos, sin consentimiento previo del dueño.

SANCIONES Ó ACCIONES CORRECTIVAS

Las sanciones se aplicarán bajo los siguientes parámetros:

1. Amonestación verbal en privado.
2. Amonestación verbal en público.
3. Expulsión del sitio de concentración

NOTA:

Las autoridades de la salida serán autónomas en tomar otras medidas no previstas dentro de este manual, en la medida que las circunstancias así lo requieran.



UNIVERSIDAD TECNOLÓGICA DE PEREIRA

ÁREA DEPORTES Y ACTIVIDAD FÍSICA

NATACIÓN I

SALIDA ACADÉMICA LAGO CALIMA

PROGRAMACIÓN

HORA	ACTIVIDAD	LUGAR	RECURSOS	RESPONSABLE
DÍA 1				
7:30 AM	Devocional. Reunión general manual de convivencia, normas y Salida hacia Calima	UTP	SALÓN	MONITORES
11:30 AM	Llegada al alojamiento, reunión reconocimiento e instalación, normas y reglamento.	COMFANDI	HALL	DOCENTE
12:00 PM	Almuerzo	RESTAURANTE	ÁREA	GRUPO
2:30 PM	AFLOJE y Evaluación de estilos elementales	COMFANDI	PISCINA	DOCENTE
4:00 PM	REFRIGERIO	COMFANDI	ALIMENTOS	MONITORES
5:30 PM	Tiempo integración	ZONAS VERDES	IMPLEMENTACIÓN	DOCENTE
7:00 PM	Cena	RESTAURANTE	ÁREA	GRUPO
8:30 PM	Sesión teórica Salvamento	SALÓN	VIDEO BEAM	DOCENTE
12:00 PM	Descanso	CABAÑAS	DORMITORIOS	GRUPO
DÍA 2				
5:30 AM	Tragos Devocional. Levantada, gimnasia trote aeróbicos.	ZONA VERDE	GRABADORA	GRUPO
6:30 AM	Aflore prueba de 1.500 m	LAGO	IMPLEMENTACIÓN	GRUPO



8:00 AM	Desayuno	RESTAURANTE	ÁREA	GRUPO
10:00 AM	Campeonato de estilos Evaluación de estilos clásicos	PISCINA	IMPLEMENTACIÓN	DOCENTE
11:00 AM	REFRIGERIO	PISCINA	ALIMENTOS	GRUPO
12:30 PM	Almuerzo	RESTAURANTE	ÁREA	GRUPO
2:00 PM	Campeonato de habilidades salvamento por equipos.	LAGO	IMPLEMENTOS	DOCENTE Y MONITORES
4:00 PM	REFRIGERIO	CABAÑAS	ALIMENTOS	GRUPO
4:15 PM	Taller 1 de educación experiencial	ZONAS VERDES	IMPLEMENTACIÓN	DOCENTE Y MONITORES
7:00 PM	Cena	RESTAURANTE	ÁREA	GRUPO
9:00 PM	Integración y velada	DISCOTECA	IMPLEMENTACIÓN	MONITORES
12:00 PM	Recogida y Descanso	CABAÑAS	DORMITORIOS	GRUPOS

DÍA 3

5:30 AM	Tragos, Devocional. Levantada ,rote aeróbicos, ducha	ZONA VERDE	GRABADORA	MONITORES
6:30 AM	Afloje Prueba de 3.000 m	LAGO	IMPLEMENTACIÓN	GRUPO
9:00 AM	Desayuno	RESTAURANTE	ÁREA	GRUPO
9:30 AM	Jornada Libre	SALÓN	DIPLOMAS	DOCENTE Y MONITORES
11:00 AM	Graduación y certificados- Foto Grupal	PISCINAS	IMPLEMENTACIÓN	GRUPO
1:30 PM	Almuerzo	RESTAURANTE	ÁREA	GRUPO
2:00 PM	Entrega de cabañas	CABAÑAS	IMPLEMENTACIÓN	GRUPO
2:30 PM	Regreso a Pereira	BUSETA	IMPLEMENTACIÓN	GRUPO